



事前に知っておくべきこと

遊泳安全規則

遊泳前にニュージーランドの遊泳安全規則を理解しておきましょう。

安全のための簡単な
4つのルール：

- ① 準備を怠らない**
泳ぎ方や生存水泳の方法を学び、遊泳時のルールを決める。常に安全で適切な道具を使い、あらかじめ天気や水の状態を確認する。
- ② 自他に注意を払う**
水辺や水中で子供と遊ぶ場合は、常に監視を怠らない。単独行動は取らず、必ず監視員から見える場所で泳ぐ。
- ③ 危険を認識する**
不慣れな浅瀬では必ず足から入水し、安全標識や警告用の旗に従う。飲酒後の遊泳は避ける。
- ④ 自分の限界を知る**
体力の限界と経験知をわきまえ、決して無理はしない。自身を危険にさらすことなく、他者を安全に救助する方法を学ぶ。

その他の規則：

小型船舶安全規則

野外活動安全規則

